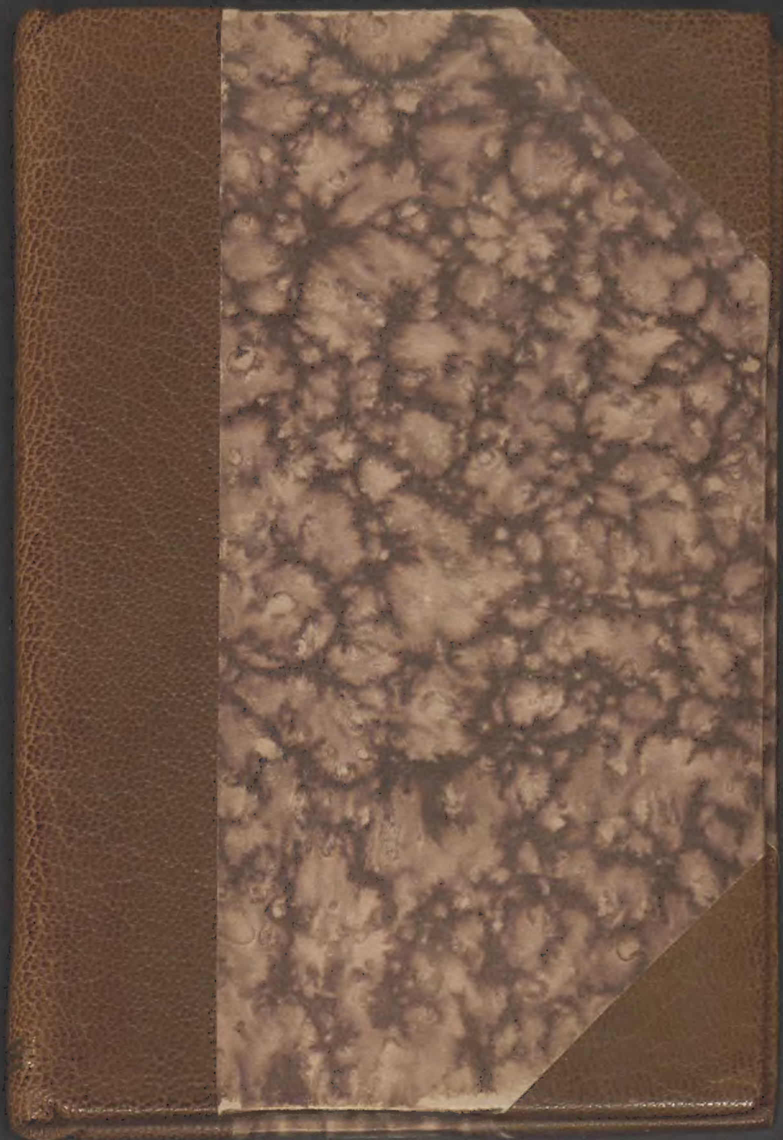


Ex Libris



Þorsteinn Jósepsson

Um

íslenzkar

DRYKKURTIR,

söfnun þeirra, geymslu, nytsemi,

verkanir og tilreiðslu.

Um

íslenzkar

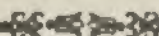
DRYKKURTIR,

söfnun þeirra, geymslu, nytsemi, verkanir

og tilreiðslu.

Eptir

Alexander bónda **Bjarnason.**



Akureyri 1860.

Prentað í prentsmiðju Norður- og Austurumdæmisins,

hjá H. Helgasyni.

Hollt er heima hvað.

Málsháttur.

Þeim

góðgjörðasömu

velæruverðugu

hjónum,

sjera GUÐMUNDI EINARSSYNI

presti til Kvennabrekku og Stóravatns-
horns safnaða,

og konu hans

mad. KATRÍNU ÓLAFSDÓTTUR

eru þessi blöð

með elsku og virðingu

tileinkuð

af

ritaranum.

FORMÁLI.

„Náttúrunni nægist með lítið“ hafa menn sagt, jafnvel þó nokkrum virðist það ekki hafa sannazt á oss Íslendingum nokkur undan farin ár. Árgæzkan hefir mátt heita ákjósanleg til lands og sjóar, verzlunin svo haganleg, að hún mun varla hafa verið jafnhaganleg landsbúunum nokkrar undan farnar aldir, og flestir bjargræðisvegir greiðir, eptir vilja og aðburðum vorum; en óvíða munu þó sjást byrgðir til hinna harðari áranna, þegar þau koma, eptir þessi mörgu góðu ár. Þetta er almennt viðurkennt; en ýmsar orsakir eru taldar til þessa, sem flestar eiga rót sína í frjálsráðri en ónauðsynlegri eyðslu landsmanna, munaðarlífi, viðhöfn og hirðuleysi; aðrir kenna um apturför landsbúanna af vaxandi heilsubresti, sem margar orsakir eru taldar til,

af hverjum nokkrar hafa átt sjer stað hjá oss um nokkrar aldir. Hjá báðum þessum flokkum kemur fram óhófleg kaffidrykkja ásamt öðru, svo henni er kennt um bæði að eyða efnum manna og spilla heilsunni; og ef það er satt, að það spilli hundruðum þúsunda dala, sem árlega gengur til að borga með kaffi og brennuvín á Íslandi, þá væri slíku fje sannarlega betur varið á margan annan þátt; og þó brennuvínið eyði mjög efnum manna og mörgum dýrmætum tímum til ills og óþarfa, spilli friði, ró og virðingu manna og út reki kærleika og siðgæði, eða rjettara sagt ofbrúkun þess, mun varla hin almenna heilsuhnignun landslýðsins hafa jafnmikið hlotizt af því og kaffibrúkuninni. Jeg læt hjer ósagt, hverjar orsakir eru til þess, að ávextir árgæzkunnar sjást ekki á efnahag manna, því mig grunar, að þær sjeu svo margar, að um það efni mætti rita heillanga bók. En það virðist mjer auðráðið, að vjer gætum lifað með nokkuð minni kostnaði en almennt hefir verið, og þá má ske sælla og heilbrigðara lífi.

Nú má gjöra ráð fyrir því, að vaninn sje önnur náttúra, og því geti nú náttúru vorri ekki nægzt með jafnlítið, eins og ef hún hefði ekki hneigzt að mörgu því glisi, sem 19. öldin hefir borið að vitum vorum; og mun víst mega fullyrða, að ýmsir munaðarhlutir, sem frá útlöndum hafa komið til vor um nokkra undan farna áratugi, hafi í engu gjört oss verulega sælli, og sízt bætt í nokkru heilbrigðisástand vort, sem má ske, að nokkru leyti, hafi verið að kenna græðgi vorri og óreglu, ef þeir hefðu heldur spillt því.

Það hefir bæði verið ritað og rætt — enda á fjölmennum fundum — um að nauðsyn væri á, að nokkru minna yrði eytt af munaðarvöru hjer á landi, en nú hefir verið á annan tug ára, einkum af brennuvíni, kaffi og þess háttar. Allar skynjandi verur ættu að hafa viðbjóð á háska og viðurstyggð ofdrykkju áfengra drykkja, og mun engin áminning koma þeim af því, sem ekki láta augljós dæmin, eigin reynslu og skynsemi aptra sjer frá því; en vjer

segjum ekki drykki þessa vonda í sjálfum sjer; það er má ske líkt um þá og aðra hina beztu hluti, að sjeu þeir brúkaðir eptir vissri reglu, njóta menn gæða þeirra, en sjeu þeir misbrúkaðir verða þeir optast hinir skaðlegustu. En miklar kaffidrykkjur, enda nautn þess fastandi að morgni, verð jeg, eptir eigin og annara reynslu, enda sumra þeirra, sem álíta sjer það þá ómissandi, að álíta oss Íslendingum mjög óholla, og jeg get ekki áfellt þann landa vorn, sem efast um, að hollusta þess sje nokkur. Það virðist og bæði allopatha og homöopatha meining, að það skemmi taugakerfið; enda er nú taugaveiki orðin almennari en áður var. Og væri nú þetta þannig, þá væri það ekki lítið tjón, auk fjármuna- og tíma-eyðslu, sem kaffibrúkunin gjörði landi voru. En nú hefir venjan fengið svo mikið vald yfir mörgum af oss, að varla mun að ætlast til þess, að almennt verði aflagt að brúka kaffi fyrir morgundrykk, nema annað jafngott komi í staðinn, og mun varla örðugt að vísa á það, í

tilliti til almennrar hollustu, eins og margir eru nú þegar farnir að finna; en smekkurinn vill og láta þjóna sjer, og í því efni verða ekki allir á eitt sáttir, sízt á meðan menn ekki venjast neinum öðrum drykk. Þegar jeg sumarið 1858 lá fótlami, tók jeg fyrir mig — með því jeg mátti þá ekki drekka kaffi, sem öllum, er litlar hræringar hafa, mun vera mjög skaðlegt — að rita um **„íslenzkar drykkurtir;“** og hefi jeg síðan reynt til að bæta það, er jeg þá gjörði, sem bezt jeg var fær um.

Af því jeg hafði bæði litla þekkingu og litla reynslu við að styðjast í þessu efni, þá dró jeg þetta úr þeim íslenzkum bókum, er jeg gat fengið um það efni, og skal nú getið þeirra, er jeg hafði við hönd til þessa verks: Íslenzk grasafræði eptir Odd læknir Hjaltalín og grasnytjar Björns prófasts Halldórssonar, samt að nokkru leyti lækningabók Jóns læknis Pjeturssonar, einkum viðaukagreinir þær, sem Sveinn læknir Pálsson hefir bætt hana með.

Nöfn urtanna hefi jeg sett bæði eptir

grasafræðinni og grasnytjunum eptir því sem mjer af latínsku nöfnunum, hver jeg hefi hjá sett, virtist rjettast; er það þó allvíða sem þeim bókum ber ekki saman um grasanöfnin.

Um krapt og verkanir urtanna hefi jeg að mestu leyti farið eptir grasafræðinni, sem að því leyti víða ber saman við hinar. Hvað skammta þá, sem til eru teknir, áhrærir, þá er farið nærri því sem til er tekið í grasafræðinni, og segir höfundur hennar, að þeir kunni opt að vera heldur linir en frekir, og að hann hafi álitið betra, að sú tilætlaða verkun nokkuð frestaðist, heldur en að ofsterkir skammtar settu nokkurn í hættu eður vanda; en hann vonar, að hvers og eins reynsla muni bezt kenna að hafa skammta þessa sem hentast er í hvert skipti; þar hjá getur hann þess, að fæstar urtir lands vors hafi hastarlega sterka verkun, og því sje optast óhætt að auka heldur þann tiltekna skammt, þó með varúð, og að aðgættum kröptum og aldri hins veika. Þetta þarf ekki eins nákvæma

aðgæzlu, þegar ósjúkir brúka urtirnar. Jeg hefi við stöku urtir getið um aðra tilreiðslu þeirra til nota, en að gjöra af þeim te og seyði, af því jeg álít þau meðöl nauðsynleg.

Hafið ráð mitt, elskuðu landsbræður! snúið yður frá kaffi- og útlendum te-drykkjum, nema læknir ráði yður til þess sem læknismeðals, en safnið yður íslenzkum drykkurtum eptir kringumstæðum, og drekkið te eður seyði af þeim í stað hins. Það er ekki meining mín, að þjer skulið allir algjört hætta að kaupa og brúka kaffi nje te nú þegar, heldur smátt og smátt á koma þeim vana, að almenningur kjósi heldur te eður seyði af innlendum urtum, því fljótt munu menn finna, að það er þeim notabetra en hið útlenda, og hefir engu síður þægilegan smekk. Látum hina útlendu sjómenn ekki hæða oss lengur fyrir það, að oss þyki betra að kaupa útlend drykkefni lítt nýt, en að taka önnur langt um betri upp í og hjá fótsporum vorum, sem þeir sjálfir taka og brúka sínum fremur. Jeg veit útlendan sjómann hafa sagt, að

ef þeir gengi einn dag á landi til að safna grösum, þá gætu þeir selt þau Íslendingum fyrir marga dali, sem þeir síðan drykkju af með langtum meiri ánægju, heldur en ef þeir söfnuðu þeim sjálfir, einkum ef þeir ekki vissi, að slík vara væri innlend. Vjer ættum að sporna við, að slík heimska verði með sönnu fundin hjá oss. Jeg þori að fullyrða, að ef vjer þekktum þær mörgu og ágætu urtir lands vors, þeirra verkanir, krapt og eiginlegleika og hefðum hirðusemi til að safna þeim, hirða þær og geyma, en oss þætti ekki hver útlendur hjegóminn betri og dýrmætari en hið góða, sem guð rjettir oss gefins í gegnum náttúruna, einmitt þar, sem hún er oss hagfelldust og hollust, þá gætum vjer lifað heilbrigðara, glaðara og sælla lífi en margir nú lifa, með því að nota þær urtir sem á landi voru bæði sjálfkrafa spretta og á því má rækta. Þó að nokkurn tíma þurfi til að safna urtum, hreinsa þær og þurrka, þá kostar það meiri hirðusemi og ástundun, en að það hindri frá öðrum nauðsynjaverkum að safna og

hirða drykkurtir fyrir eitt heimili; þeim stundum er og vel varið, sem brúkaðar eru til að búa sig og sína til varnar móti hinum ómilda her sjúkdómanna.

Þó ritkorni þessu sje mjög áfátt í mörgu — sem jeg vona að mjer, alls ómenntuðum manni, virðist til vorkunnar — el jeg þá von og ósk, að það verði löndum mínum til heilla og hreysti, og leiði þá til notkunar þess, sem hin fagra og heilnæma náttúra lands vors fram býður oss af verulegum gæðum.

Þorsteinsstöðum í aprílmánuði 1859.

A. Bjarnason.

Fyrri hlutinn

innihelder

almennar reglur og athugasemdir urtunum viðvíkjandi.

I. Almennar reglur sem fylgja ber, þegar urtum er safnað til læknis- og annarar -brúkunar.

1. Skulu urtir þær allar, hver fyrir sig, safnast á þeim tíma árs, sem þær eptir reynslu og lærdómi urtaþekkjara eru kraptfyllztar á.

2. Í hreinviðri og þerri, þegar ekkert náttfall er á jörðu og því ekki snemma dags, er hentugast urtum að safna, einkum þeim hluta þeirra, sem ofan jarðar eru.

3. Fleiri munu urtir þær, er í fjalllendisbrekkum eða hraungjótum vaxa, kraptmeiri hinum, er í túnum eða nærri

byggðum finnast; þó gefast þær urtir hjer á landi, er til nokkurrar hlítar eða krapta vaxa í ræktaðri jörðu, svo sem heimuli, vallhumall og smári. Flestar aðrar urtir er á þurrlendi vaxa, munu kröptugri hinum sama kyns, er vaxa á votlendi. Einnig ber að gæta þess, að urtir sem njóta sólar eru kraptmeiri en þær, sem í forsælu vaxa; þó eru urtir þær til, er einkum spretta í skugga og hlje.

4. Þegar urtum er safnað, skulu þær áður en þurrkast eður til brúkunar takast vandlega hreinsast frá öllum óhreinindum, moldu, ryki, ormavefum og öllu því, sem ekki tilheyrir þeim; líka skulu þeir skemmdu partar urtarinnar, svo sem visnuð og rotin blöð, fúnar og klofnar rætur, o. s. frv., burtu takast.

5. Skulu urtirnar, þannig hreinsaðar, þurrkast svo fljótt sem verður; má þá breiða þær þunnt á vindsvalt lopt, en þó mun betra að hafa þunna dúka, einkum af ljerepti til þess, festa þá með böndum upp um bita eður sperrur, eður ása í vind-

svölum fjárhúsum, og á þá þannig útþanda breiða urtirnar; binda má og stórar urtir eina og eina og hengja yfir rár eða stög og þannig þurrka. Rætur þurrkast á þann hátt, að í gegnum þær er dreginn þráður, hverja eptir aðra, með þumlungs millibili, og þræðir þessir útspenntir á góðu þerrir-svæði og mun þær lítið saka, þó í sólskini sjeu; en hið annað af urtunum á ekki að þurrkast í sólskini. Ágætt er að þurrka grös, einkum blöð og blómstur, nærri ofnum; líka má þurrka urtir í stórum potti með því móti, að breiddur sje á botn hans hreinn dúkur eða pappír og urtirnar þar á látnar. Þá er hiti pottsins mátulegur, þegar fullorðinn maður ekki of fínhentur þolir að halda lófa sínum um stund á pottbotninum. Urtirnar eiga ætíð að breiðast þunnt, og þarf að snúa þeim svo þær þorni sem fljótast.

Sjerlegar athugasemdir viðvíkjandi söfnun urta.

1. Þar eð kraptur urtanna fer að nokkru

leyti eptir eðli þeirra, það er að skilja: þar eð nokkrar urrtir eru kraptmestar nýsprottnar, aðrar undir það blómstrin springa út, og enn nokkrar þá þær eru fullblómstraðar, o. s. frv., svo er þörf að gæta að þessu.

2. Þegar grafa á upp rætur og völ eru á, skal helzt velja þær sem flest rótarblöð eru sprottin á. Stórar rætur mega skerast í stykki áður en þurrkaðar eru. Kraptur rótanna fer eptir varanlegleika þeirra; eins árs rætur uppgrafast snemma sumars, tveggja ára snemma annað sumarið, fleiri ára safnast á vori, áður blöð eður stöngull þeirra taka til að vaxa. Nokkrir safna rótum á haustum þegar grös eru fallin.

3. Blöðin af eins og margra ára urtum takast skömmu áður en þær blómstra þegar þau eru fullvaxin; af tveggja ára urtum þar á móti svo fljótt sem verður. Blöð af trjám og lyngi takist skömmu eptir þau bera blómstur.

4. Blómstrum skal safna um hádag og

er bezt, að þurrkur og hægviðri hafi verið 2 eða 3 daga áður. Þau skulu strax þurrkast á ljerepti eða pappír við ofn eða í potti, fáist ekki bráðlega þerrir.

II. Um að geyma urtir.

Ekki er minna varið í að geyma vel urtir, ef vel á að vera, en að safna þeim; er það ei að gagni að geyma þær í pokum nje bindum, heldur útheimtast til þess, flöskur, krukkur eða vel held flát úr eik eða öðrum hörðum og þjettum viði, sem áður sjeu vandlega þurrkuð, pappír límdur innan í og draglok yfir! betra er að hafa horblöðku-seyði í staðinn fyrir vatn í lím þetta, það varnar möl og öðrum kvikindum að komast til urtanna. Öll þau blómstur, sem hafa sterka kryddlykt, ættu að skerast smátt, og látast í flöskur með góðum tappa í, og geymist þetta þá vel til brúkunar.

III Almennar reglur, eptir hverjum ber að til búa seyði og te.

Seyði eru þannig til búin: Maður tekur urtirnar smáskornar og sýður með vatni í luktum katli, niður til þriðjunga, þar eptir síist hið þunna frá, og allur vökvi kreistist úr urtunum, og síðan lætur maður seyðið á flösku, með góðum tappa í, og geymir til brúkunar. Það er athugavert við seyðin, að þau verði ekki ofgömul áður en brúkast, annars fúlna þau og missa kraptinn. Mátulegt er við flestar urtir, að taka 5 til 6 lóð af þeim þurrum til 1 potts af vatni. Til að vita, nær seytt er niður til þriðjunga, hefir maður mjóa hreina spítu; mælir svo í ketilinn tvo þriðjunga af því vatni og lætur í hann, stingur svo spítunni beint niður í miðjan ketilinn og markar hana rjett við yfirborð vatnsins, og bætir síðan í hann einum þriðjungi; þegar seytt er niður í markið, þegar maður stingur síðan spítunni sem fyrri niður í ketilinn, þá er orðið fullsoðið.

Te eru þannig til búin: Skorin urtablómstur eða blöð, látast í tepott og 2 eða 3 bitar þverskornir af hvannarót; þar á hellir maður sjóðandi vatni og hrærir vel í, lætur svo standa þar til kólnar, svo vel verði drukkið. Optast er mátulegt að hafa 1 lóð af urtunum til 1 pela sjóðandi vatns. Sjóða má þessar urtir aptur, en að eins lítið og drekka það. Þegar til búinn er daglegur drykkur eða te fyrir þá, sem ekki hafa neinn sjerdeilislegan sjúkdóm, er aðalregla að hafa fleiri kyns urtir saman, sem hafa að mörgu leyti ósamkvæmar verkanir, og er sú samblöndun opt bæði til heilnæmis og smekkbætis; en reynsla hvers eins og tilfinning mun bezt kenna þessa samblöndun; þó skal setja hjer lítið sýnishorn af því, er jeg hefi vitað gjört í þessu efni.

Blóðbjörg, rjúpnalauf og vallhumall er talið til að gjöra af gott og heilnæmt te. Af verkunar lýsing blóðbjargarinnar sjest, að hún örfar afrásir líkamans, en rjúpnalaufið er barkandi og vallhumallinn

samandragandi, sem stillir það, svo afrásin verði ekki um of ör; en allar þessar urtir eru styrkjandi, og þarf þess margur; en móti því, sem vallhumallinn er leysandi er rjúpnalaufið barkandi. Vjer sjáum því, að te þetta er styrkjandi, einkum taugar og hjarta, og að það hreinsar blóð og vessa, og er heilnæmt brjóst-te. Nokkrir hafa æruprís hið fjórða í tei þessu, sem gjörir það betur uppleysandi og smekkmeira.

2. Blóðbjörg, fjallagrös og mura, af því gjörist gott og heilnæmt te. Það er vel sinar styrkjandi, blóðhreinsandi, mýkjandi og uppleysandi, er því gott brjóstte og yfir höfuð styrkjandi. Sjeu nú enn höfð einirlauf, verður það einnig hressandi og við heldur líkamanum í sínu rjetta eðli, eins og mörg á þvílíkann hátt samanblönduð grös gjöra.

Með flestu tei þarf að hafa hunang, púðursikur eða hvítasikur, eitthvað af þessu. Þó eru sum grasate svo smekkgóð, að ekki þykir þess þurfa smekksins vegna, en opt þarf þess heilnæmis vegna. Að blanda frá

hálfum til fulls matspóns af brennuvíni í 1 pela af hverju tei sem er, gjörir það hressandi. Mjólk er opt höfð í te, en nokkuð minna en í kaffi.

IV. Nokkrar almennar athugasemdir um brúkun urta yfir höfuð, eptir eiginlegleikum þeirra, krapti og verkunum.

1. Barkandi og samandragandi urtir, eru þær sem verka það, að vökvarnir þykkna. Með þeim brúkar ósjúkur maður þær urtir, sem eru vessa þynnandi. Þær fyrrnefndu urtir lækna lífsýki og þvagteppu og nokkrar þeirra öll blóðlát. Þeir sem eru skyrbjúgs eða holdsveikir mega ekki brúka barkandi urtir.

2. Blóðhreinsandi urtir eru flestum hollar og ágætar te-urtir. Kvennfólk, sem hætt er við blóðlátum, ætti að brúka barkandi eða samandragandi urtir ásamt þeim. Blóðhreinsandi drykkir eru þeim ómissandi, sem hafa vond sár.

2. **Búkhreinsandi** urtir. a, Uppsölu urtir hafa þar þarfa og fljóta verkun, sem óhreinn er efri (munna) maginn, eða nokkuð ómelt eða skaðlegt er í maganum. Margar af urtum þessum lækna lífsýki og blóðgang, sem kemur af hráa magans; þær hreinsa höfuð. Máttlitlum mönnum og þeim sem hafa innanbólgur, er uppsala óholl. b, Niðurhreinsandi urtir hreinsa fýlu og súr úr maganum og görnunum; þær verka og í blóðinu. Eptir búkhreinsanir er gott að brúka styrkjandi urtir.

4. **Dreifandi** urtir brúkast helzt í grauta og bakstra útvortis, til að leggja við bólgur og hnúta og þess konar meinsemdir.

5. Græðandi urtir lækna útvortis sár. Reynslan kenndi mönnum það, og svo fóru menn að brúka þær innvortis við sárum og eymslum. Þessar urtir drekkast í tei hver fyrir sig eða margar saman, eða með styrkjandi eða mýkjandi urtum. Þær eru góðar eptir fall, meiðsli, slag, hræðslu og þess konar.

6. Kælandi urtir eru helzt til að leggja á heitar bólgur og því um líkt. Af nokkrum þeirra má til búa hentugan drykk landfarsóttar- og hitasjúkum mönnum; þær hressa og sefa ólgu í blóðinu.

7. Magastyrkjandi urtir bæta matarlyst og meltingarkrapt, og síðan allan líkamann; þær eyða óhægð, uppþembingi, slími, vindi og sumar ormum í maga.

8. Mýkjandi urtir brúkast ýmist útvortis til að leggja yfir heitar og harðar bólgur og til smyrzla, til að bera á stirðar og stríðar sinar, eða innvortis til að mýkja bólgur og örfa þvagrás. Margar þeirra teljast óhollar þeim, sem hafa mikið og þunnt blóð. Þvagleysandi og kælandi urtir þynna blóðið.

9. Nærandi urtir. Af þeim gjörist styrkjandi fæða, einkum fyrir þá sem magrir eru.

10. Opnandi urtir eru þær, sem greiða alla umrás um líkamann og opna það sem teppt var orðið, og er þeirra brúkun hentug eptir niðurhreinsanir, volgar laugar og

blóðtökur, til þess að þeir grófustu vessar minnki. Til þessara heyra þær urtir, sem örfa svita, þvagrás og tíðir kvenna.

11. Ormdrepandi urtir eru beizkar og brúkast í seyði til að drepa orma í iðrum, og brúkast þá leysandi meðöl á eptir eða hreinsanir.

12. Samandragandi urtir, eru nokkrar þær sömu og þær sem eru barkandi, en allar eru þær styrkjandi; eru því góðar móti blóðlátum, blóðsótt, lífsýki og öðru innvortis magnleysi, líka til að brúka með opnandi og uppleysandi urtum fyrir ósjúka.

13. Slímeyðandi urtir eru góðar til að brúka með uppleysandi eða búkhreinsandi urtum, þegar maður, sem ekki er mjög vanmegna af sjúkdómi, vill hreinsa óhreinan maga og garnir. Nokkrar urtir draga slím og hráka, og eru þær tuggnar, en hafa bítandi smekk og heita munninn. Það er sagt, að þær sjeu bót við tannpínu og festi tönnur, sjeu góðar við svima, minnisleysi, ofsvefni og votum augum. Fáar eru þessar urtir á landi voru, utan Skarfakálsblöð

og rætur, en tóbak, engifer og mustarður heyra til þeirra.

14. Stillandi urtir brúkast til að stilla niðurfallssótt og aðrar sinateygjur, þvingandi niðurgang og blóðsótt. Þær eru að mestu ótaldar í blöðum þessum.

15. Styrkjandi urtir eru margar á Íslandi, og lítur svo út, eins og skaparinn hafi ætlað til, að Íslendingar skyldu vera hraust þjóð. Margar þeirra hreinsa lopt og verja sóttnæmi, þær bæta magnleysi líkamans, þynna blóðið og leiða því tíðir kvenna. Sje blóðið ofþunnt eða í ólgu, er ekki gott að brúka þær innvortis, nje þær sem styrkja höfuð og hjarta, sem eru hvorartveggja hinar sömu, og hafa þær góða og sterka lykt og eru uppörfandi, og er þá betra að hafa barkandi urtir með.

16. Svitadrífandi urtir eru og opnandi, þær mega ekki brúkast einar í uppbyrjun hættulegra sótta, og ekki af mjög blóðríkum manni, nema með barkandi urtum.

17. Uppleysandi urtir eru margar og flestum hollar, og ættu jafnaðarlega að

brúkast ásamt barkandi, styrkjandi eða mýkjandi urtum eptir kringumstæðum, af hraustum og óhraustum. Nokkrar uppleysandi urtir eru undir eins styrkjandi, barkandi og mýkjandi, og eru þær hvervetna hollar, einkum þær, sem og svo eru blóðhreinsandi. Uppleysandi urtir verja líkamann fyrir mörgum sjúkdómum, svo sem: innanbólgum, gulu, uppþembingi, brjóstþyngslum, hósta, niðurfallssýki, taugaveiki, sinateygjum, gigt, skyrbjúgi, holdsveiki, sleni, meinlætum og mörgum fleiri, en þá þarf að brúka þær opt og lengi.

18. Verkeyðandi urtir brúkast ýmist í seyði eða smáskornar og hnoðaðar saman við smjör eða heilar viðlagðar, til að vægja tök og verki; nokkrar af þeim eru svæfandi og mega ekki brúkast innvortis, því þær eru eitraðar. Þessar eru melasól (papaver nudicauli) og fjögra laufa smári (paris qvadrifolia), og er hvorug talin í blöðum þessum.

19. Vindeyðandi urtir eru góðar til að brúka með uppleysandi og magastyrkj-

andi urtum, fyrir þá, sem hafa kveisu, ó-hægð eða vindflog innvortis.

20. Þvagdrífandi urtir brúkast móti þvagteppu og vatnssótt, en eru ekki hentugar þeim, sem hafa mikið og þunnt blóð, nema með sjeu brúkaðar barkandi og blóð-hreinsandi urtir.

Athugasemd:

Þess er ekki að vænta, að allar þær verkanir sem talið er, að urtirnar hafi, láti sig í ljósi, þó af þeim sje drukkið; heldur eru til fleiri slags brúkanir þeirra þar til hentugar, urtirnar brúkast:

A. Útvórtis:

1. Böð. 2. Urtapokar. 3. Mýkjandi grautar. 4. Salve eða áburður. 5. Plástrar. 6. Blöðkudragandi urtir.

B. Innvortis:

1. Grautar. 2. Seyði. 3. Saftir. 4. Púlver eða dupt. 5. Dropar. 6. Te.

Síðari hlutinn

innibeldur

nöfn og verkanir urta þeirra, sem af má gjöra te eða seyði, eptir stafrofsröð.

---

1. gr.

Aðalbláberjalyng (vaccinium myrtillium) takist snemma í ágúst. Það er kælandi, barkandi og mótstendur forrotnun; má því brúkast móti lífsýki, köldu, skyrbjúgi og til að þurrka upp slæma og skarpa vessa úr kaunum. Þegar það er í blómstri, sem kallast sætukoppar, má taka blöðin með blómstrinu og svo mikið af leggnum sem ekki er trjenað, og brúka sem te og í þess stað; þykir þar að góður smekkur, og er gott við kvefi.

2. gr.

Arfi (alsine media) takist rjett áður en blómstrar. Hann er kælandi, mýkjandi og

græðandi. Seyði af arfa mýkir bólgu og þrota. Seyði af nýjum arfa, sem drekkist 1 peli í senn, er vallgang mýkjandi, iðrabólgu uppleysandi og græðir sár í lungum; líka örfar matarlyst.

3. gr.

Augnafró, Augnagras (Euphrasia officinalis) takist áður en blómstrar. Hún hefir samandragandi, barkandi og styrkjandi krapt. Seyði af henni er gott að leggja við vot og svíðandi augu. Brennuvín, sem á henni hefir staðið, styrkir maga og eyðir slími.

4. gr.

Baldursbrá, múkakróna (pyretrum inodorum). Blöðin takist rjett áður en hún blómstrar. Hún er svitadrífandi, ormdrepandi, tíðir leiðandi og hjartastyrkjandi, stillir niðurfallssótt og aðrar sinateygjur. Blómstur hennar brúkast í te; af því drekkist 1 peli í senn tvisvar daglega. Te þetta drukk-

ið á kvöldi leiðir svita; það er og ágætt til að þvo með því kláðfellda limi.

5. gr.

Beitilyng (erica vulgaris) takist nýblómstrað. Það er sterkbarkandi. Te af því þykir hafa góðan smekk. Seyði af því er sagt gott meðal við steinsótt

6. gr.

Birki, björk, rifhrís (betula alba) takist nýblómstrað. Það hefir styrkjandi, þvagdrífandi, blóðhreinsandi, samandragandi og barkandi krapt. Af nýsprottnum og þurrkuðum blöðum þess gjörist te, en af berkinum seyði.

7. gr.

Blóðbjörg, bráðbjörg, Hellinhagra, Thymían (Thymus serpillum) takist í júní. Hún er hjarta, höfuð og sinar styrkjandi, þvag og tíðir leiðandi, vessa þynnandi, blóðhreinsandi og örfar svita. Hún brúkast móti tíðateppu, þvagstemmu, niðurfalls-

sýki, harðlífi, hjartveiki, svefnleysi, kvefi, hósta og brjóstveiki. Það brúkast allt, blómstur, blöð og leggir, (þó er betra að taka það, áður en það blómstrar). Seyði þess má ekki sjóða lengur en drukklanga stund; af því drekkist lítill tebolli (þ. e. 4 matspænir) í senn tvisvar á dag. Blóðbjörg er höfð ásamt ýmsum öðrum urtum í te, svo sem vallhumli og rjúpnalaufi, sem er gott og heilnæmt, og með mörgum fleiri. Hún er og höfð í mat til smekkbætis og geymist hann þá betur.

8. gr.

Einir (juniperus communis) takist nýblómstraður í júní. Lauf og ber hans eru svita- og þvagleiðandi, vindeyðandi, magastyrkjandi, uppörfandi, rotnun mótstandandi. Þau brúkast því móti vatnssýki, þvagstemmu, skyrbjúgi, tíðateppu, vindi og óhægð í innýflum, andarteppu, máttleysi og liðaverkjum. Te af laufunum gjört, hreinsar og brjóstið og bætir hósta. Seyði af þeim er gott fyrir þá, sem gjarnt er til

kverkabólgu, heimakomu eða slagflóðs; það brúkast móti úfbólgu, kláða og vondum sárum og til að dreypa á þá, sem frosið hafa. Berin, til búin og drukkin sem kaffi, eru þó talin enn betri í fyrrtöldum tilfellum, eða sje á þau sett gott brennuvín, og það inntekið, 2 teskeiðar hvert dagsmark. Af seyðinu takist 1 matspónn í senn hvert dagsmark, en af te-inu 1 peli þrisvar daglega.

9. gr.

Elting, góebitill, Gvöndarber, grómbitill, sætutág, sultarepli, skollafótur, liðagras (eqvisetum arvense) takist áður en blómstrar í júlí. Hún er barkandi, græðandi og þvagleiðandi. Seyði af henni drekkist 1 peli í senn þrisvar daglega móti hósta, mæði, lífsýki, blóðlátum og þvagteppu.

10. gr.

Fífill, bifukolla, ljónstönn (leontodon taraxacum) takist áður en blómstrið springur út. Hann er vallgang örfandi, þvagdrífandi, bólgu eyðandi, mýkjandi,

vessa þynnandi. Hann brúkast því móti meinlætum, vatnsýki, harðlífi, þvagstemmu og skyrbjúgi. Seyði af blöðunum, sem kallazt hrafnablöðkur, drekkist einn peli daglega. Það er og gott að þvo í því kláðfellda limi og blakkt andlit, til að gjöra það vel litt.

11. gr.

Fjallagrös, Íslands mosi (Lichen islandicus) eru ein tegund af mosunum; þeir takast helzt eptir þerrir, en nokkrir þeirra safnast eptir litla vætu, og svo er um fjallagrösin, og er bezt að safna þeim í júnímánuði Þau eru styrkjandi, samandragandi, vallgang mýkjandi, nærandi, blóðhreinsandi, ormdrepandi; þau eru því góð móti taugaveiki og hósta, lífsýki, blóðsótt, harðlífi, innanmeinum, ormum, uppþembingi, matleiða og kraptaleysi. Þau brúkast smáskorin í dupti, líka í te; af því drekkist 1 peli í senn tvisvar daglega. Auk þess, sem þau eru almennt höfð til grauta;

sjóða margir þau heil í mjólk, og er það holl og nærandi fæða.

12. gr.

Fjalldrapi, dvergabirki, rifhrís (betula nana) takist í júlí og ágúst. Blöð hans eru engu lakari en birkiblöð til að gjöra af te og hafa líka verkun, (sjá 6. gr.).

13. gr.

Fjóla, blóðsóley, þrenningargras (viola tricolor) takist rjett áður en blómstrar. Hún er hjartastyrkjandi, verkeyðandi og mýkjandi. Te af henni drekkist ½ peli í senn tvisvar daglega móti hjartveiki og brjóstveiki. Rótin hefir búkhreinsandi krapt, og skal dupt hennar 1 kvintin inntekið fastandi að morgni, brúkast fyrir uppsölu meðal.

14. gr.

Græðisúra, götubrá, vegbreið, (plantago major) takist áður en blómstrar. Hún er styrkjandi og samandragandi. Hún brúkast móti lífsýki, köldu, máttleysi og

skyrbjúgi. Seyði af blöðunum takist 2 matspænir hvern tíma. Súrurótaseyði er gott við mátleiða, það stillir þorsta og gallhita.

15. gr.

Gulamaðra (galium verum) takist áður en blómstrar. Hún er svitadrífandi, barkandi, samandragandi, niðurfallssýki og aðrar sinateygjur læknandi. Te af henni, heitt að kvöldi drukkið, er svitadrífandi meðal; það er gott við niðurfallssýki og sinadrætti, rúmur peli drukkinn í senn. Af henni og nýju sauðasmjöri (2 lóð af henni móti 4 lóðum af smjörinu) sjóðast smyrzli. Af henni gjörist og seyði, og er hvorttveggja gott til að bera á stirða og lúna limi og stríðar sinar. Smyrzlin eru og góð til að bera á veika, sem eymast af að liggja; þó eru vallhumals smyrzli betri til þess.

16. gr.

Hármey, holtasóley, rjúpnalauf, (Dryas octopetala), Blöðin takist áður en blómstrið springur út. Þau hafa barkandi og

styrkjandi krapt og brúkast því móti lífsýki og blóðsótt. Seyði af blöðunum takist inn 2 matspænir í senn, 4 sinnum daglega, (sjá framar hjer um 7. gr.).

17. gr.

Heimula, heimilisnjóli, fardagakál, rauðaskreppa, þolinmæða, (rumex acutus). Blöðin takist áður en hún blómstrar. Hún hefir barkandi, samandragandi og styrkjandi krapt, vallgang leiðandi, þykka vessa uppleysandi, blóðhreinsandi og forrotun móttstandandi. Hún brúkast því móti lífsýki, blóðsýki, gulu, harðlífi, lifrarbólgu, vatnssýki, kláða og útbrotum, skyrbjúgi, holdsveiki og heimakomu. Af nýjum blöðunum búist til seyði; þar af takist inn 1 tebolli eða 4 matspænir í senn þrisvar daglega. Í því er gott að þvo alls konar útbrot hörundsins. Af rótunum má og seyði gjöra; hnefi af þeim smáskornum móti potti af vatni, og þetta daglega drukkið hreinsar blóð og vessa ágæta vel og eykur þvag- og vallgang. Það er og gott fyrir þung-

aðar konur við afbendi, og er þá betra að hafa með því hunang eða sikur. Heimulu seyði er gott að hafa í stólpípur. Af rótarseyðinu er niðurhreinsandi meðal þannig til búið: Tak af því hjer um 2 pela, af hvítu smásteyttu salti 1 lóð, uppleys saltið í volgu seyðinu og tak inn á fastandi maga. Af heimulu gjörist leysandi te.

18. gr.

Helluhnoðri, steinaurt, (sedum acre) takist áður en blómstrar. Hann er blóðhreinsandi, vessa þynnandi, uppleysandi, rotnun mótstandandi; kann að verka uppsölu og niðurgang. Hann er því góður móti skyrbjúgi, nýrnasteini, kvefi, hósta, harðlífi og óhreinindum magans. Urtin nýsoðin í mysu skal brúkast tebolli í senn þar til verkar. Tvær teskeiðar af saft, sem úr helluhnoðra er pressuð, inn tekin hvern hálfan tíma, verkar uppsölu. Saftin er og svo blóðhreinsandi, góð við krappameinum og slögum. Urtin þurrkuð getur brúkazt í seyði.

19. gr.

Horblaðka, mýrakólfur, kveisugras, reiðingagras, þríblað, (Menyantes trifoliata) takist áður en blómstrar. Hún er magastyrkjandi, svita- og þvagleiðandi, vessa þynnandi, uppleysandi, ormdrepandi og ver rotnun. Hún brúkast því móti skyrbjúgi, gulu, miltis- og lifrarveiki, vatnssótt, iktsýki og flestum meinum í lífinu. Blöð hennar brúkast í te, af því drekki maður lítinn kaffibolla í senn þrisvar daglega. Af seyðinu takist hálfu minna eins opt á dag; það drepur orma í mönnum og styrkir þreyttan líkama, þynnir og hreinsar gallið, er gott móti vatnssótt, liðagigt, fótaveiki, limafallssýki, kvefi, kveisu og slagflóði; líka er það þeim þjenanlegt, sem hafa kalin sár. Seyði af jöfnum hlutum horblöðkurótar og heimulu er hið bezta magastyrkjandi meðal og gott við harðlífi, gulu, miltis og lifrarbólgu og öðrum meinlætum; af því drekkist hálfur tebolli í senn 4 sinnum daglega.

20. gr.

Hrafnaklukka, hlaupblaðka, kattarbalsam, lambaklukka (cardamine pratensis) takist áður en blómstrar. Hún er magastyrkjandi, blóðhreinsandi, uppleysandi, þvag- og tíðir kvenna-leiðandi, ormdrepandi. Hún er því góð að styrkja magann og móti ofmiklum svefndrunga, skyrbjúgi, kreppusótt, miltis- og lifrarbólgu og ormum í mönnum. Te af blöðum hennar skal í ofantöldum tilfellum drekkast fullur kaffibolli í senn 4 sinnum daglega. Í sambland með horblöðku eykst kraptur hennar. Ekki er ráðlegt, að óljettar konur brúki hana.

21. gr.

Hvönn, ætihvönn (angelica archangelica) takist á vori svo fljótt sem verður. Hún hefir styrkjandi, vindeyðandi, svitaleiðandi, ormdrepandi, uppleysandi, blóð- og vessa hreinsandi krapt. Hún er því góð móti matarólyst, vindum í görnum, innvortis tökum, gulu, hósta og skyrbjúgi, fóta-

veiki, drepsótt og eitri; einnig til að dreifa stöðnuðu blóði og vondum vessum. Seyði af hvannarót, blóðbjörg og vallhumli, er hollur drykkur þeim sem fá magnleysi með þankadeyfð eða slögum; af því takist hálfur tebolli annanhvorn tíma, og á það að vera tilbyrgt þar til það er kalt orðið, og svo á það að takast inn. Þurrkaða hvannarót skal iðuglega tyggja, þá næmar sóttir ganga. Hvannaróta brennuvín, 4 lóð af rótinni smáskorinni móti 8 lóðum af brennuvíni og standi í hlýju húsi í viku; sömuleiðis af fræinu hálfu minna, eða 2 lóð af því móti 8 lóðum af brennuvíni, af hverju takist hálft spónblað í senn 4 sinnum daglega, er, auk þess áður talda, gott við hjartslætti, gömlum, hósta, brjóstveiki og til að flýta fæðingu og eptirburði, og til að væta í því línskaf í sár, til að hreinsa þau og græða.

22. gr.

Jafni, jafnabróðir, úlfsfótur, (licopodium alpinum et clavatum) takist áður en

blómstrar. Báðar þessar urtir eru þerrandi, verkeyðandi, barkandi, uppleysandi; þær brúkast móti iðraverk, uppþembingi, blóðsótt, lífsýki, vindi, hósta, brjóstveiki og harðlífi. Seyði af þeim drekkist 1 peli í senn þrisvar daglega. Það eyðir og heimakomu og slími. Í því er gott að lauga pening, sem lús hefir fengið.

23. gr.

Jakobsfífill, brekkustjarna, smjörgras (erigeron alpinum). Blöðin takist áður en urtin blómstrar. Hann er græðandi, uppleysandi og styrkjandi. Hann er góður móti gulu, liðaverkjum af gigt, uppsölu, blóðuppgangi, örfar þvaggang og tíðir kvenna, styrkir maga, hreinsar blóð, gall og vessa. Seyði af urtinni takist inn 2 matspænir í senn þriðja hvern tíma. Bakstur af blöðum hennar og mjólk, dreifir bólgu í kvennbrjóstum, sem og annari bólgu.

24. gr.

Jarðarber, jarðberjagras (fragaria

vesca) takist áður en blómstrar. Urt þessi er nokkuð barkandi, þvagleiðandi, blóðhreinsandi. Te af blöðum hennar drekkist hálfpeli í senn þrisvar daglega. Berin etast með víni og sikri eða litlu af mjólk móti óstyrk magans, matarólyst, þvagstemmu iktsýki, brjóstveiki og nýrna- og blöðrusteini, og skal þá eta mikið af þeim; þau uppleysa hraðberg af tönnum og eyða munnfýlu. Þess væri óskandi, að menn reyndu að rækta þessi ágætu ber í sáðgörðum sínum, eins og erlendis er gjört, svo hægra væri að fá þau en er.

25. gr.

Kattartunga, strandagötubrá (plantago maritima) takist áður en blómstrar. Þessi súrutegund hefir styrkjandi, græðandi, barkandi, mýkjandi og ormdrepandi krapt. Hún er því góð móti matarólyst, lífsýki, blóðsótt, kvefi og ormum. Seyði af rótinni takist 2 matspænir í senn annanhvorn tíma. Te af blöðunum drekkist $\frac{1}{2}$ peli í senn 4 sinnum daglega. Áður en gras þetta

blómstrar, er það eitt hið hollasta kálmeti til fæðis.

26. gr.

Kornsúra, toppmarghyrna (poligonum viviparum) takist áður en kornin hvítna. Hún er barkandi og styrkjandi, er því góð móti alls konar blóðlátum og lífsýki, og er þá dupt rótarinnar inntekið, 1 teskeið þrisvar daglega. Af rótinni má til búa seyði, af því takist 3 matspænir 4 sinnum daglega.; það er og gott að skola munninn með því við andfýlu, bólgnu tannholdi og munnsviða. Korn hennar, sem er fræið vandlega þurrkað og síðan til matar haft með mjölk, er vel seðjandi fæða, ekki ólík bóghveiti, sem er sama kyns og kornsúran.

21. gr.

Krækilyng, lúsalyng (empetrum nigrum) takist seint í júní eða snemma í júlí, og er það síðan brúkað til hænsnafóðurs. Krækiberin eru kælandi og lítið samandragandi. Lögur þeirra seyddur, er því

góður móti lífsýki, og sjeu þá af honum teknir 2 matspænir í senn annanhvorn tíma. Mauk af þeim með vatni er góður drykkur við þorsta og hita í landfarsóttum.

28. gr.

Kúmen, (carum carvi). Fræið takist nýútsprungið. Það er uppleysandi og vindeyðandi; það eykur mjólk í konubrjóstum, er gott móti gulu, lifrarbólgu og óstyrk magans. Te af fræinu drekkist 1 peli í senn þrisvar daglega. Fræið blandað við mjöl, gefur brauði og súpum þægilegan smekk.

29. gr.

Lifjagras, Jónsmessugras (pingvicula vulgaris) takist áður en blómstrar. Það er mýkjandi, græðandi og hreinsandi, og brúkast því við alls konar útbrotum, bólgu og sprungum. Seyði af því hreinsar höfuð barna frá skurfum. Smyrzli gjörð af 6 lóðum af söxuðu lifjagrasi, 8 lóðum smjörs og 4 lóðum tólgar græðir gömul sár og

önnur útbrot; það er gott að bera á kýrspena til að verja sprungum. Urtin brúkast ekki innvortis.

30. gr.

Lifrarurt, mýrasóley (parnassia palustris) takist áður en blómstrar. Hún er uppleysandi og mýkjandi. Te af blöðunum drekkist, 1 peli í senn tvisvar daglega, og er hollt við miltisbólgu og lifrar, kvefi og brjóstþyngslum. Hún er skaðleg fyrir augun.

31. gr.

Ljónslappi, kverkagras (Alchemilla alpina) takist rjett áður en blómstrar. Hann er barkandi, styrkjandi og græðandi. Hann brúkast því móti lífsýki, blóðsótt og blóðlátum, og í kverkameinum. Dupt af blöðunum 1 teskeið þrisvar daglega inntekið læknar lífsýki og blóðsótt á börnum. Seyði af urtinni drekkist 1 tebolli í senn þrisvar daglega. Seyði þetta er gott að skola hálsinn með í kverkameinum.

32. gr.

Lokasjóður, hanakambur, peningagras (rhinanthus crista galli) takist áður en blómstrar. Hann er mýkjandi, græðandi og lítið samandragandi. Hann brúkast móti hósta, gulu, lifrarbólgu og lífsýki. Te af rótinni drekkist 1 peli tvisvar daglega; í því er gott að þvo döpur augu.

33. gr.

Lungajurt, strandarfi (pulmonaria maritima) takist áður en blómstrar. Hún er styrkjandi og nærandi og er því góð móti hjartveiki og brjóstveiki. Te af blöðum hennar drekkist fullur kaffibolli þrisvar daglega.

34. gr.

Maríustakkur, Maríulumma (Alchemilla vulgaris) takist áður en blómstrar. Hann er styrkjandi, græðandi og barkandi. Hann er því góður móti allskonar blóðlátum, lífsýki og blóðsótt. Te af blöðunum drekkist fullur kaffibolli í senn 4 sinnum dag-

lega. Blöðin smáskorin, soðin með smjöri, er bezta sinasmyrzli. Marinn Maríustakkur, er ágætt meðal til að leggja í holdfúa sár, það hreinsar þau og græðir. Í seyði hans er gott að barka skinn.

35. gr.

Maríuvöndur, kveisugras (gentiana campestris) takist áður en blómstrar. Hann er styrkjandi, uppleysandi, svitadrífandi og ormdrepandi. Hann brúkast því móti hjartveiki, matarólyst, vindum og uppþembingi, landfarsóttum, ormum, blóðlátum, sinateygjum, iktsýki og unglinga kveisu. Seyði af rótinni takist 1 tebolli tvisvar daglega. Á hana má setja brennuvín; af þeim dropum takist 2 teskeiðar 4 sinnum daglega. Af dupti hennar takist hálfu minna eins opt.

36. gr.

Meistara-urt, sæhvönn (imperatoria ostruthium) takist áður en blómstrar. Hún eyðir vindum í maga, eykur matarlyst, leysir tíðir kvenna, læknar niðurfallssótt og aðr-

ar sinateygjur, líka innantökur og vatnssótt. Seyði af rótinni takist 1 tebolli í senn þrisvar daglega. Te af blöðum hennar drekkist 1 peli í senn þrisvar daglega Af rótinni og brennuvíni má dropa til búa; þar af takist 80 í senn 4 sinnum daglega.

37. gr.

Mjaðarurt, (Spiræa ulmaria) takist áður en blómstrar. Hún er nokkuð barkandi, svitadrífandi, verkeyðandi og græðandi. Hún er því góð móti lífsýki, blóðsótt blóðlátum öllum af karli og konu, mergrunasótt og vondum sárum. Te, bæði af blöðum og blómstrum hennar drekkist fullur kaffibolli í senn þrisvar daglega. Það er líka gott að þvo úr því holdfúa sár.

38. gr.

Mura, murusóley, murutág (potentilla anserina) takist áður en blómstrar. Hún er barkandi, svitadrífandi, uppleysandi, styrkjandi, græðandi og kælandi. Hún er því góð móti lífsýki, blóðlátum, gigt; lækn-

ar innvortis sár, blóðspýju, hvít klæðaföll, bakverk, sinadrátt og stillir blóðnasir og dreifir samanhlaupnu blóði. Te af urtinni drekkist 1 peli í senn tvisvar eða þrisvar daglega. Seyði af rótarblöðunum takist 2 matspænir eða ½ tebolli í senn 3. hvern tíma. Taugar og sinar styrkjandi, blóðhreinsandi, vessa þynnandi og uppörfandi te gjörist af muru og litlu af blóðbergi, og er því hentugt að brúka fyrir daglegan drykk; það er smekkgott. Með fjallagrösum og blóðbergi og muru, gjörist heilnæmt brjóst-te, einkum með hunangi eður púðursikri.

39. gr.

Ólafssúra, rhabarber (rheum digynum) líkist að smekk og verkun vallarsúrunni. (Sjá greinina hjer á eptir).

40. gr.

Reyrgresi, hesta-urt (Holcus odoratus) takist áður en blómstrar. Þessi grastegund er hjartastyrkjandi, blóðhreinsandi og

þvagdrífandi; hún er því góð fyrir vatnssjúka og vessafulla. Seyði af urtinni drekkist 1 peli í senn þrisvar daglega.

41. gr.

Rósa-urt, burkni, höfuðrót (rhodiola rosea) vex í klettaskorum, helzt móti norðri og austri og hefir stóra rót. Hún hefir barkandi, styrkjandi, rotnun mótstandandi, vessaleysandi krapt. Hún er því góð móti lífsýki og blóðsótt, styrkir veikar sinar, og er ágæt í illaluktandi og slæm sár, líka móti gulu og öðrum innvortis meinum. Af seyði rótarinnar má taka 2 matspæni í senn þrisvar daglega. Rótin ný, smásöxuð og hnoðuð saman við nýtt smjör, er gott í holdfúa sár, það hreinsar og græðir. Rótin takist annaðhvort snemma á vori, eða á hausti, þegar urtin er fölnuð.

42. gr.

Sandstör,- (carex arenaria) takist áður en blómstrar í júní. Hún hefir blóðhreinsandi, svita- og þvagleiðandi krapt.

Seyði af rótinni er gott við sárasótt, illum kaunum, langvinnum höfuðverk, liðaverkjum, lifrar- og miltisveiki.

43. gr.

Selgresi, fuglatungur, götubrá (plantago lanceolata) er sama kyns og hefir líka verkun og kattartunga. (Sjá 25. gr.)

44. gr.

Skarfakál, skeiðarurt (cochlearia officinalis) takist áður en blómstrar, í júní. Þessi urt er hið bezta meðal við skyrbjúgi. Hún er þar að auki uppleysandi, svitadrífandi, þvagleiðandi og blóðhreinsandi. Hún er því góð móti öllu þykku og stöðnuðu blóði, drífur tíðir kvenna og hreinsar súra og staðnaða vessa líkamans. Af dropum hennar má taka $\frac{1}{2}$ spónblað í senn 4 sinnum daglega; þeir til búast þannig: Tak af nýjum, söxuðum blómstrum eða blöðum hennar eða hvorutveggju 8 lóð, sterku brennuvíni 24 lóð, lát standa í flösku við yl í viku, sía hið þunna frá

og geym. Urtin er hið hollasta kálmeti sem fást má.

45. gr.

Smári, smæra, (trifolium repens pratense et arvense) takist áður en blómstrar. Hann er mýkjandi, drífandi, verkeyðandi, er því góður móti bólgu, ígerðum, brjóstveiki og gulu. Te af blöðum hans drekkist fullur kaffibolli í senn tvisvar daglega. Rótin smáskorin, seydd í mjólk, er góður og hollur matur.

46. gr.

Stóra eða storka- blágresi, litunargras (geranium sylvaticum) takist áður en blómstrar. Það er barkandi og styrkjandi. Seyði af blöðum þess inn tekið 1 spónblað í senn 4 sinnum daglega, er því gott við lífsýki; það eyðir og innvortis þvagsteini og hvítum klæðaföllum.

47. gr.

Tóugras, burkni (polipodium filix

mas) takist áður en blómstrar. Það er barkandi og ormdrepandi. Seyði af nýrri rótinni drekkist 1 tebolli í senn kvöld og morgna. Hún takist snemma á vori.

48. gr.

Tröllagrös, hreindýramosi, mókrókar, hríslumosi (Lichen rangiferinus) takist sem fjallagrös. Te af mosa þessum er gott við brjóstveiki. Malaður sem korn má hann brúkast ásamt því í brauð.

49. gr.

Vallarsúra, súruskreppa (rumex acetosa). Blöðin takist áður en hún blómsirar. Hún er kælandi, vallgang mýkjandi, mótstendur forrotnun og skyrbjúgi. Fræ hennar er bindandi. Hún brúkast því móti harðlífi, skyrbjúgi, matarólyst, þorsta í landfarsóttum, ólgu í blóði, blóðlátum og þykkum vessum. Af seyði af einum saman súrublöðum takist 1 tebolli í senn tvisvar daglega. Seyði af nýrri súru og skarfakáli til

samans, er hið bezta skyrbjúgsmeðal. Dupt af fræinu er inn tekið í mysu.

50. gr.

Vallhumall, jarðhumall (Achillæa millefolium) takist áður en blómstrar. Hann er styrkjandi, mýkjandi, samandragandi, uppleysandi, blóðhreinsandi, græðandi, bætir sinateygjur og stríðleika líkamans. Hann er því góður móti alls konar blóðlátum, innantökum, þvagteppu, uppþembingi, matarólyst, hósta, lungnameinum, gulu, niðurfallssýki, uppsölu og alls konar innvortis bólgu. Te af blöðum hans eða blómstrum, eða hvorutveggju drekkist 1 peli í senn þrisvar daglega. Af seyðinu takist ½ peli í senn kvöld og morgna. Ágæt smyrzl á verki og stirðar sinar, jafnvel á tök, má af vallhumalsblöðum þannig tilbúa: Tak af þeim smáskornum 12 lóð, af nýju ósöltuðu sauðasmjöri 24 lóð, sjóð þetta saman stundarkorn, sía síðan hið þunna frá, kreist vel úr, lát nokkra dropa af terpentínu í áður en storknar og geym síðan.

51. gr.

Velantsurt, (valeriana officinalis) takist áður en blómstrar. Hún er styrkjandi, svita- og þvagdrífandi, opnandi, ver niðurfallssótt og rotnun. Hún er því góð móti matarólyst, óstyrk magans, aflleysi, niðurfallssýki, hjartslætti, gulu, iðrabólgu, skyrbjúgi og slæmum vessum. Te af blöðum hennar drekkist fullur kaffibolli í senn þrisvar daglega. Seyði af rót hennar takist 2 matspænir í senn hvert dagsmark. Móti sjóndepru er gott að taka dupt rótarinnar í nefið og þvo augun upp úr rótarseyðinu.

52. gr.

Vetrarlaukur, Hringblöðótt vetrarlilja (pyrola rotundifolia) takist áður en blómstrar. Te af blöðum hans er gott við brjóstveiki.

53. gr.

Ærupríslæknis (veronica officinalis) takist áður en blómstrar. Hann er styrkj-

andi, barkandi og læknar sár. Hann er því góður móti lífsýki, matarólyst, óstyrk líkamans; örfar svita, læknar vatnssýki, uppdráttar- og megrunarsótt. Te af henni drekkist 1 peli í senn þrisvar daglega. Hún er talin með beztu te-urtum lands vors, er svo samandragandi, að betra er að brúka uppleysandi eða opnandi urtir með. Með blóðbjörg, vallhumli og rjúpnalaufi þykir sumum betra að hafa dálítið af ærupris.

54. gr.

Æruprís þykkblaðaður, vatnsarfi (veronica beccabunga) er styrkjandi, blóðhreinsandi, ormdrepandi og uppleysandi. Hann er því góður móti skyrbjúgi, niðurfallssýki, ormum, matarólyst og hráa magans. Te af honum drekkist 1 peli þrisvar daglega. Seyði hans hreinsar gömul sár og ill, og tekur ský af augum. Rótarduptið er gott að blanda með tóbaki og taka í nef; það styrkir höfuð og sjón.

Registur

yfir nytsemi og verkun framanskrifaðra urta.

1860.

Kostar í kápu 24 sk.

